



AKADEMIA ODPORNOŚCI • KARTA PRACY DO WEBINARIUM

Pierwsza pomoc i AED

Zbierz liczby do diagnozy i sprawdź, co wiesz o pierwszej pomocy.

ORGANIZACJA LUB GRUPA

MIEJSCOWOŚĆ

DATA

1 Najbliższy defibrylator

Sprawdź w aplikacji z mapą AED albo w urzędzie gminy.

Gdzie wisi AED

Dostępny w godzinach

Odległość od świetlicy

2 Numery alarmowe

Wpisz, do kogo prowadzi każdy numer.

112

999

998

997

3 Kolejność działania

Wpisz w okienka liczby od 1 do 6.

☐

RKO, czyli uciskanie klatki piersiowej

☐

Telefon pod 112

☐

Bezpieczeństwo własne i poszkodowanego

☐

Defibrylator AED

☐

Sprawdzenie oddechu

☐

Kontakt z poszkodowanym

4 Resuscytacja w liczbach

Uzupełnij według Poradnika MSWiA, strona 43.

_____ uciśnięć klatki piersiowej, potem _____ oddechy. Głębokość uciśnięć _____ cm, tempo _____ uciśnięć na sekundę.

5 Liczby do diagnozy

Przelicz dane Europejskiej Rady Resuscytacji na swoją gminę i dopisz własne liczby.

Mieszkańców gminy _____ × 67 do 170 na 100 000 = od _____ do _____ zatrzymań krążenia rocznie, szacunek.

Dojazd karetki i źródło

Osoby z aktualnym kursem w organizacji

Według wytycznych ERC 2021 świadkowie zaczynają resuscytację średnio w 58 procentach przypadków, a AED używa się średnio w 28 procentach.

6 Apteczka według Poradnika

Zaznacz, co jest w świetlicy albo w remizie.

- ☐ Gaza, bandaż, opatrunki na oparzenia
- ☐ Rękawiczki jednorazowe i środki antyseptyczne
- ☐ Opaska do tamowania krwotoków
- ☐ Termometr i nożyczki
- ☐ Folia termiczna
- ☐ Maseczki FFP3

Poradnik Bezpieczeństwa MSWiA, strona 21. W mikroprojekcie apteczka idzie razem z instruktażem jej użycia.

7 Kurs w mikroprojekcie

Wynagrodzenie ratownika albo trenera to koszt kwalifikowalny, § 9 ust. 2.

KTO POPROWADZI	ILE OSÓB, KTO	GDZIE I KIEDY	SPRZĘT DO ĆWICZEŃ

Odpowiedzi. Ćwiczenie 2: numer alarmowy, pogotowie ratunkowe, straż pożarna, policja. Ćwiczenie 3: bezpieczeństwo 1, kontakt 2, telefon 3, oddech 4, RKO 5, AED 6. Ćwiczenie 4: 30, 2, 5 do 6, 2.